

2023年春季预防传染病宣传稿 预防春季 传染病讲话稿(实用10篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

春季预防传染病宣传稿篇一

主持人b:早上好，我是xx班的。很高兴在这一期的广播中与大家见面，希望我们能带大家度过快乐的时间。

主持人a:今天的“健康随行”要为大家介绍的是春季传染病的预防。

主持人b:是的，春天是传染病高发的季节，我们生活在集体环境下，很容易感染传染病。一旦被传染，自己痛苦难受不说，还会影响学习。

主持人a:所以，我们要多掌握一些传染病的预防知识。春季常见的传染性疾病包括：流行性感、流行性脑脊髓膜炎、麻疹、水痘、腮腺炎、风疹、猩红热等。这些传染病大多都是呼吸道传染病，可通过空气、短距离飞沫或接触呼吸道分泌物等途径传播。

主持人b:最常见的就是流行性感了。感冒分为流行性感(简称流感)和普通性感两种。流感病情较重，恢复较慢，主要表现为发热、怕冷、头痛、咽痛、全身乏力酸痛、不想吃东西，以及其他一些类似于感冒的症状。

主持人a:水痘也是常见的主持人b:另外，手足口病也常见于儿童期。病初起，只在手部或口腔粘膜处看见几粒散在的小

疹，有疼痛和痒感，但不明显。但是手足口病一旦发生治疗若不及时的话，很容易出现身体其他部位的继发感染，从而危及生命。

主持人a□同学们一定要多掌握传染病的预防知识，从而能降低感染传染病机会。不同的传染病有不同的预防方法，但基本的预防措施是相通的，只要注意以下几点，就能有效地减少呼吸道传染病的发生和传播。第一是改善通风。教室里要经常开窗通风，每天至少三次，每次不少于10分钟。当周围有病人时，应增加通风换气的次数。必要时用消毒剂喷洒教室。

主持人b:第二是接种疫苗。常见的传染病现在一般都有疫苗，进行计划性人工自动免疫是预防各类传染病发生的主要环节，预防性疫苗是阻击传染病发生的最佳积极手段，也是投资小，收效大的预防举措。

主持人a□养成良好的卫生习惯是预防春季传染病的关键。要保持学习、生活场所的卫生，不要堆放垃圾，教室打扫卫生时，先洒水后扫地，免得把飞尘飞扬开来。饭前便后、打喷嚏、咳嗽和清洁鼻子以及外出归来一定要按规定程序洗手，打喷嚏、咳嗽和清洁鼻子应用卫生纸掩盖，用过的卫生纸不要随地乱仍，勤换、勤洗、勤晒衣服、被褥，不随地吐痰，个人卫生用品切勿混用。

主持人b:睡眠休息要好，生活有规律，保持充分的睡眠，对提高自身的抵抗力相当重要。要合理安排好作息，做到生活有规律，劳逸结合，不要劳累过度，必然导致抵御疾病的能力下降，容易受到病毒感染。

主持人a□春天人体的各个器官、组织、细胞的新陈代谢开始旺盛起来，正是运动锻炼的好时机，应积极参加体育锻炼，多到郊外、户外呼吸新鲜空气，每天散步、慢跑、做操、打拳等使身体气血畅通，筋骨舒展，体质增强。

主持人b:为大家介绍了这么多的知识，同学们，你们记住了吗？

主持人a:下面进入我们的“你点我播”栏目春季预防传染病广播稿春季预防传染病广播稿。今天点歌的是四1班的赵天辰同学，他要把歌曲送给他们班的张建新同学，希望张建新以后能对他好点。

主持人b:(开玩笑)真有意思，赵天辰，难道张建新平时对你不好吗?张建新，接受了赵天辰送给你的歌曲，你可要对他好点哦，千万别欺负他呀！

主持人a:恩，跟张建新开个玩笑了，下面就让我们一起来欣赏这首《朋友》。(播放歌曲)

主持人b:时间过得真快，又要和大家说再见了。

主持人a:是的，让我们在歌声中结束本次广播吧！

合：同学们，再见！

春季预防传染病宣传稿篇二

尊敬的老师、亲爱的小朋友们：

大家上午好

我是来自大三班的**小朋友，我今天给大家演讲的'主题是《健康你我他》。俗话说：“一年之计在于春”。春天的到来，必将是欣欣向荣，新希望的开始。

小朋友，你们知道什么是健康吗?健康就是拥有良好的体魄，好的食物对我们的身体是很重要的，春季是小朋友成长的最佳时机，小朋友应该多吃含钙的食物，同时还要补充维生素，

除了这些小朋友还要多多锻炼身体，多参加游戏活动，把自己的身体练得棒棒的。

春季里也有许多的传染病，这很容易危害小朋友的身体健康，所以我们应该这样做：

小朋友，都知道，传染病预防有高招。

勤换衣，多通风，人多不去凑热闹。

饭前便后要洗手，生冷食物不入口。

水果蔬菜不可少，牛奶鸡蛋也需要。

多喝水，多锻炼；休息好，身体好。

传染病吓得快快跑，你我健康哈哈笑。

谢谢大家，我的讲话完了！

春季预防传染病宣传稿篇三

大家早上好！

地球在不停地转，一年365天也在不停地换。冬去春来，时间早已用它那优美的姿态跨过了xx年的寒冬，冲向了伊始。

三月的阳光不刺眼但也暖和，不时的微风虽不寒冷，但也足以让人捂好领口，路两排的柳树也欣喜的吐出了绿芽，远远看去如缀上的绿花。池塘里，藏了一冬的金鱼也被阳光给拉了出来，在池塘里欢快的游玩。一切看起来都是那么的美好。但是我们却可能不知道美好的背后也隐藏着危险。

我们每天都重复的做着那个习以为常的`动作，呼吸。但却不

知在一呼一吸以赋有节奏的频率里，或许有着一种可怕的物体正随着它，慢慢的进入你的身体，游走在各个角落里。

这个可怕的物体正是一种说熟悉但又不曾相逢的呼吸道传染病。它如一个隐形的杀手，只要一旦出手一定会引起轩然大波，决不会手下留情。当我们刚听到这个名词时，也许你会想到：流感、流脑、麻疹、流行性腮腺炎、慢性支气管炎等等传染病，可只是你在想某病危害的同时，不久，你也会淡忘，正因如此，当你与它相逢时，也略显得无奈与后悔。

每一种不同的传染病，既然能够传染，自然也能够预防。呼吸道传染病主要是通过空气传播，让病毒在空气中随意飘荡，但更多的传染病也是在吃入口的途中进入了你的身体。我们爱吃，是因为人的本性，但每在你吃下的那一口时，你有曾想过它卫生吗？它健康吗？虽然，往往我们会忽略，只追求于味道与口感，不曾想过它是否卫生或是有害于自己。在校门外，每天下午放学后，总是人群涌动，许多同学都在争抢着路摊贩中的食物。是的，在那时，我们的肚子或许早已咕咕叫了，吃一点东西自然也是为了身体好，但你可曾想过，那些东西都是露天的灰尘很容易的就可落在上面，口中的唾沫也极易沾在上面，并且卖东西的老板也不知道有无身体疾病，就如此贸然的吃入肚子里，真得很难想象它的卫生与否。所以请同学们在吃的同时也多想想它卫生吗？自己吃了不会有事吗？多反问自己，我相信或许你会选择不去吃它。

整个社会如今都在关注春季传染病。我们青少年也正是高危易感人群，自然也更加得到关注。那么难道我们不应该保护好自己吗？在此我提醒大家：

- 1、在家与教室多通风。
- 2、骑自行车的同学最好戴口罩，起隔离保护作用。
- 3、不吃不卫生食品，多参加体育活动。

4、未注射麻疹等疫苗的同学尽快去注射，防患于未然。

5、如发现身有不适，得去医院治疗，做到以上几点，我相信大家一定可以安然度过这个传染病的高峰期。

一年之计在于春，在此我也祝愿大家好好利用这个春天努力学习，安然避开春天的隐形杀手，传染病，为20xx年开一个好兆头。

春季预防传染病宣传稿篇四

老师们、同学们：

大家好！今天我国旗下讲话的题目是《春季传染病的预防》。

随着气温回升，春天即将到来。春天是一年最美好的季节，但也是一些传染病的高发季节。如水痘、诺如病毒、流行性腮腺炎、风疹、人禽流感等呼吸道传染病，是春季最常见的传染病。这些传染病大多都是呼吸道传染病，可通过空气、短距离飞沫或接触呼吸道分泌物等途径传播。学校是人员相对比较集中的地方，一旦出现更是比较容易传播，会对广大师生的工作学习带来较大的影响，因此我们有必要对春季常见的传染病及其预防措施有所了解。

不同的. 传染病有不同的治疗方法，但基本的预防措施是相通的，我们只要注意以下几点，就能有效地减少疾病的发生和传播，我提出以下几条，以供大家参考。

1、每天开窗通风，保持室内空气新鲜，尤其房间、电脑室、教室等，还要避免穿堂风，以免着凉。

2、尽量不到人口密集、空气污染的场所去，如大型超市、游乐场所、影剧院等。

3、勤洗手，并用流动水彻底清洗干净，洗手后要有干净的毛巾或纸巾擦手。饭前便后、打喷嚏、体育课结束后都要及时洗手。

4、养成良好的个人卫生习惯。勤换、勤洗、勤晒衣服、被褥，决不随地吐痰，避免与他人共用水杯、餐具、毛巾、牙刷等物品。

5、到医院就诊最好戴口罩，回家后洗手，避免交叉感染。

6、注意不要过度疲劳，防止感冒，以免抗病力下降；小学生每天有保证十小时的睡眠时间，各种艺术特长的培训量要适度，减轻小学生的课业负担。

7、多喝水，多吃蔬菜水果，增加机体免疫力。合理膳食，增加营养，不买不吃三无食品。

春季传染病虽然种类繁多，但只要我们重视预防工作，做到早发现、早隔离、早诊断、早治疗，就可以有效地阻断传染病的流行与传播。愿同学们都有一个美好的春天，都有一个健康的体魄。

春季预防传染病宣传稿篇五

同学们：

今天我讲话的主题是《预防传染病要从我们身边做起》。这个时期，各类致病性细菌、病毒也开始旺盛地滋生繁殖起来，非常容易造成传染病的传播流行，因此同学们一定要提高警惕，抵御流感、水痘、风疹、流行性腮腺炎、流脑、猩红热等常见呼吸道传染病。这些呼吸道传染病的共同特点是病原体从呼吸道侵入人体引起病变，简单地说就是通过空气飞沫等传播。下面我再讲一讲预防的方法与措施：

- 1、加大房间卫生清洁力度，创造一个洁净的生存空间。
- 2、每天早上起床后注意开窗通气，教室也应定期开窗通气。
- 3、发生病例后，要及时隔离治疗，必要时喷洒消毒水。
- 4、尽量减少到空气不流通的场所集会，特别是不要到网吧游戏。
- 5、不要探视病人。
- 6、对流感、水痘、风疹、流脑等传染病，应积极注射相应的疫苗预防。
- 7、加强锻炼，增强机体抵抗力，避免过度疲劳。
- 8、春季气温波动较大，人体抵抗力下降，所以一定要“春捂”防寒，不要早早脱去毛衣、毛裤。
- 9、一旦有发热、咳嗽等症状，及时就医，早诊断早治疗。对发热38℃以上、有流感样症状的学生，要及时就诊，并回家休息，不得带病上学。

同学们，希望通过今天的晨会，你至少有点收获，我的讲话完了谢谢大家。

春季预防传染病宣传稿篇六

各位老师、同学们：

大家好！今天我国旗下讲话的题目是《讲究卫生，预防春季传染病》。

首先，让我们的教室和校园保持干净整洁。每天打扫卫生时

不放过任何一个卫生死角，及时处理堆积的垃圾，并把垃圾倒入学校指定的地点。这样才能有效阻止细菌的滋生，从源头上防止疾病的发生。更重要的是我们每个人都应该做好保洁工作，不乱丢纸屑、包装袋，不随地吐痰，更不去买那些不卫生的三无食品。只有我们每个人都管好自己的手和口，我们的校园才会变得清洁干净，我们的身体健康才能有保证。

其次，要注意个人卫生和防护，养成良好的卫生习惯，这是预防春季传染病的关键。饭前便后、打喷嚏、体育课结束后都要及时认真洗手，勤换、勤洗、勤晒衣服、被褥，决不随地吐痰，要保持教室以及室内空气流通。尽量少去公共场所。

另外，提醒大家要注意休息和睡眠。生活要有规律，劳逸结合。

幼儿园春季传染病预防演讲稿篇同学们：

春天到了，万物复苏，风和日丽。春季是一个充满活力的季节，人们户外活动增多了，但是，随之而来也增加了传染病的传播机率。学校又是人群聚集的场所，讲究个人卫生，爱护校园卫生环境，形势严峻，刻不容缓。今天，借此升旗仪式机会，给同学进行一次预防春季传染病的基本常识教育。

由于春天风大，温度变化无常，因此春季是一个多发传染疾病的季节，主要病症：

一是上呼吸道感染。俗称“伤风”，“感冒”，早期症状有咽部干痒或灼热感、打喷嚏、鼻塞。春季感冒多半是由病毒引起的，它和受凉引起的感冒有本质上的区别，因此，不能不吃药，任凭人体抗，要及时到校医室去就诊，对症下药。

二是过敏性皮炎。大家都知道，春天风大，空气中浮尘很多，飞扬着柳絮、花粉等容易引起过敏的因子，很容易使皮肤过敏。如果同学们遇到皮肤搔痒，出现红斑，不要紧张，及时

到校医务室去就诊，不要自作主张乱用药，因为处理不当极可能产生局部皮肤感染。

三是“流脑”。“流脑”是流行性脑脊髓膜炎的简称，不但儿童易得此病，就是青少年得病人数也逐年上升。“流脑”也是一种经呼吸道感染和传播的疾病，它可使患者出现高热、头疼、随后身上就出现为数不等的斑点，有针尖大小的，也有绿豆、黄豆大小的，这些斑点融合成片状，形成出血点、出血斑、淤斑。随着皮疹的出现，患者的精神头越来越差。甚至出现喷射状呕吐、嗜睡、昏迷、抽风等症状，少数人还可出现呼吸衰竭、休克等危险情况。一旦发现自己正在发烧的同时又出现皮疹，就应该及时就医，做到及早发现、对症治疗，不要自行处理，随意吃药。

为了预防春季传染病的发作和流行，请同学们严格要求自己，自觉做到以下几点：

- 2、尽量少到人群密集、通风效果差的场所去；
- 3、要保持居住环境的空气清洁和流通；
- 4、常用清水洗脸洗手，勤剪指甲，勤换衣物，勤晒被褥，充足睡眠；
- 5、还要坚持锻炼身体，合理饮食，平时多喝水，多吃新鲜的水果和蔬菜，少吃多脂肪，多糖份的食物。

春季预防传染病宣传稿篇七

“春暖花开，万物复苏”，当我们置身于明艳春光、陶醉于鸟语花香时，你可曾知道各种致病菌也在迅速地生长。气候变化无常，早晚温差较大，导致人的抵抗力下降，一些春季传染病也在悄悄地开始传播。预防春季传染病不容忽视。

春季常见传染病有以下6种：

患病初期有发热、头疼、全身倦怠等症状，发病24小时内出现皮疹，发病前2天和发病后6天都具有传染性。

患病初期有发热、头疼、无力、食欲不振等症状，发病1—2天后出现颧骨弓或耳部疼痛，然后出现唾液腺肿大，通常可见一侧或两侧腮腺肿大。发病前6天至发病后9天具有传染性。

患病初期出现发热、头疼、肌肉疼、乏力、鼻炎、咽喉疼和咳嗽等症状。流感病人是传染源，主要在人多拥挤的密闭环境中经空气或飞沫传播，也可通过接触病人的分泌物传播。

患病初期出现咳嗽、流涕、发热、眼红及口腔内出现白点，3—7天后皮肤会出现斑丘疹，通常由面部扩散到全身。严重者呼吸系统、消化系统及脑部都会受影响，可导致严重后果甚至死亡。

麻疹病人是传染源，主要通过飞沫或接触病人的鼻咽分泌物传播。

手足口病多发于学前儿童，主要症状是手、足、口等部位出现斑丘疹、疱疹、少数病例出现脑膜炎、脑炎、脑脊髓炎、肺水肿等。

该病主要通过消化道、呼吸道和密切接触等途径传染。

主要出现高热（38度以上）、咳嗽、咽喉疼、头疼、全身不适等症状。主要经过呼吸道感染，也可以通过密切接触感染到禽类及其分泌物、粪便、受污染的水而感染。

2、勤洗手，不用污浊的毛巾擦手；

3、双手接触呼吸道分泌物后应立即洗手或擦干净；

- 4、避免与他人共用水杯、餐具、毛巾、牙刷等物品；
- 6、多喝水，多吃水果蔬菜，增强免疫力；
- 7、尽量避免到人多拥挤的公共场所；
- 8、尽量避免接触猫狗、禽鸟、鼠类及其排泄物，一旦接触，一定要及时洗手；
- 9、发现死亡或可疑患病的动物，不要接触，立即报告；
- 10、不吃不卫生的食品，如不合格的零食；

老师们，同学们，希望你们养成良好的卫生习惯，在享受美好生活的同时，重视春季流行疾病的防控。祝愿大家：人人都有好身体，天天都有好心情！

春季预防传染病宣传稿篇八

大家好！

今天我的演讲主题是“如何预防春季春染病”。

春季来临，气温渐渐回升，自然界各种微生物也开始活跃起来，正是传染性疾病的.多发季节。春季传染病大多通过呼吸道传播，可通过空气、短距离飞沫或接触呼吸道分泌物等途径传播。学校人员密集，一旦发生传染病，极易传播流行。因此，了解足够的春季传染病知识对于预防此类疾病的发生和流行有着重要的意义。

流行性感冒是春季的一种多发疾病，简称流感，由流感病毒引起的急性呼吸道传染病，具有很强的传染性，其流行传播的机率很高。其症状有：发热、头痛、流涕、咽痛、干咳，全身肌肉、关节酸痛不适等，发热一般持续3—4天，也有表

现为较重的肺炎或胃肠型流感。

传染病流行的三个基本环节为传染源、传播途径、易感人群。有大规模传染病发生的时候，切断三个基本环节中的任何一个环节，即可有效的控制传染病的流行。然而，我们需要做到以下几点：

- 1、不到人口密集、人员混杂、空气污染的场所去，如：农贸市场、个体饮食店、游艺活动室等。
- 2、勤洗手，并用流动水彻底清洗干净，包括不用污浊的毛巾擦手。
3. 每天开窗通风，保持室内空气新鲜，尤其宿舍、电脑室、教室等。
4. 合理安排好作息，做到生活有规律；注意不要过度疲劳，防止感冒，以及免抗病力下降。
5. 不生吃各种海产品和肉食，及吃带皮水果，不喝生水。
6. 注意个人卫生，不随便吐痰，打喷嚏。
7. 发热或有其它不适及时就医；到医院就诊最好戴口罩，回宿舍后洗手，避免交叉感染。
8. 避免接触传染病人，尽量不到传染病流行疫区。
9. 传染病人用过的物品及房间适当消毒，如日光下晾晒衣被，房内门把手、桌面、地面用消毒剂喷洒、擦拭。
10. 合理膳食，增加营养，要多饮水，摄入足够的维生素，积极参加体育锻炼，多到郊外、户外呼吸新鲜空气等。

谢谢大家！

春季预防传染病宣传稿篇九

各位老师、同学们，上午好！

万物复苏，春暖花开，春天已经向我们走来。春天是个阳光明媚、暖风熏人的季节，但就在我们尽情享受春天美好景致的时候，也不能忘了春天是传染性疾病的多发季节。随着万物复苏的还有那些病毒和病菌，它们将和小草花朵一起来到我们的身边，而且初春乍暖还寒，人体内部系统还来不及适应气候的变化，加之初春天气变化无常，忽冷忽热，早晚温差较大，人体的免疫系统来不及调节以适应外界的变化，同时病毒、细菌、真菌等病原微生物又比冬季活跃，所以人体就容易患病。春季是流感、流脑、腮腺炎、麻疹、水痘、风疹等呼吸道传染病的高发季节。这些疾病传播迅速、流行性强，是最易在学校发生的疾病。

自从开学以来，我市传染病防控形势也比较严峻，传染病发病情况明显上升。有些个别学校出现以“咽痛、发热”症状为主的流感样病例，截止3月15日全市共报告21起275例病例，其他常见传染病也时有发生，共报告水痘57例、手足口病8例、腮腺炎9例、猩红热6例。

针对以上形势，为了尽可能减少疾病的发生，学校提醒师生做好防控措施，尽可能的减少疾病在校内的漫延，特提出以下要求：

1. 首先从思想上树立起预防传染病的防范意识，切断传播途径。合理营养，不挑食，不偏食，不食用不清洁的食物，坚决杜绝购买路边流动摊贩的食品，不吃生食，不喝生水。
2. 注意个人卫生和防护，养成良好的卫生习惯，也是预防春季传染病的关键。饭前便后以及外出归来一定要洗手，减少春季呼吸道传染病的流行。

3. 春天人体的各个器官、组织、细胞的新陈代谢开始旺盛起来，正是运动锻炼的好时机，同学们要上好体育课和阳光活动课，使身体气血畅通，筋骨舒展，增强体质。同时也要合理安排运动量，以免运动受伤。根据天气变化，适时增减衣服，生活有规律，保持充分的休息睡眠，对提高自身的抵抗力显得相当重要。要合理安排好作息，做到生活有规律，否则必然导致抵御疾病的能力下降，容易受到病毒感染。

4. 各班级要积极开展春季传染病预防的宣传教育活动，学生们请提高自我保护意识，发现自己身体异常，及时向家长或老师汇报；请各位老师提醒家长密切关注学生的身体变化，如发现学生出现发热等不适等现象，要立即让家长带学生到医院就医，并及时告知学校，留存好病例资料，做到早发现、早报告、早治疗；如出现传染病病例，则需要及时配合学校进行隔离治病，并到医院确认身体完全恢复持医院的痊愈证明方可回校上课。在这里强调下，各班级每天的“晨检情况登记表”请务必如实填写，并在每天上午第四节课前交到卫生室；请各位班主任老师每天按时如实上报学生因病缺课系统。

以上是对春季传染病预防的几点简单的措施，希望引起全体师生的重视，学校将进一步落实和加强对各种传染病的预防措施，消除传染病的各种隐患，确保同学们健康快乐成长。

春季预防传染病宣传稿篇十

老师们、同学们：

“春暖花开，万物复苏”，当我们置身于明艳春光、陶醉于鸟语花香时，你可曾知道各种致病菌也在迅速地生长。气候变化无常，早晚温差较大，导致人的抵抗力下降，一些春季传染病也在悄悄地开始传播。预防春季传染病不容忽视。

春季常见传染病有以下6种：

患病初期有发热、头疼、全身倦怠等症状，发病24小时内出现皮疹，发病前2天和发病后6天都具有传染性。

患病初期有发热、头疼、无力、食欲不振等症状，发病1—2天后出现颧骨弓或耳部疼痛，然后出现唾液腺肿大，通常可见一侧或两侧腮腺肿大。发病前6天至发病后9天具有传染性。

患病初期出现发热、头疼、肌肉疼、乏力、鼻炎、咽喉疼和咳嗽等症状。流感病人是传染源，主要在人多拥挤的密闭环境中经空气或飞沫传播，也可通过接触病人的分泌物传播。

患病初期出现咳嗽、流涕、发热、眼红及口腔内出现白点，3—7天后皮肤会出现斑丘疹，通常由面部扩散到全身。严重者呼吸系统、消化系统及脑部都会受影响，可导致严重后果甚至死亡。

麻疹病人是传染源，主要通过飞沫或接触病人的鼻咽分泌物传播。

手足口病多发于学前儿童，主要症状是手、足、口等部位出现斑丘疹、疱疹、少数病例出现脑膜炎、脑炎、脑脊髓炎、肺水肿等。

该病主要通过消化道、呼吸道和密切接触等途径传染。

主要出现高热（38度以上）、咳嗽、咽喉疼、头疼、全身不适等症状。主要经过呼吸道感染，也可以通过密切接触感染到禽类及其分泌物、粪便、受污染的水而感染。

- 1、在人群集聚场所打喷嚏、咳嗽要用手绢或纸巾掩盖口鼻、不随地吐痰，不要随意丢弃擦鼻涕、吐痰使用过的纸巾。

- 2、勤洗手，不用污浊的毛巾擦手。

- 3、双手接触呼吸道分泌物后应立即洗手或擦干净。
- 4、避免与他人共用水杯、餐具、毛巾、牙刷等物品。
- 5、注意环境卫生、室内通风。如周围有呼吸道传染病人，应增加通风换气次数，注意保暖，衣服、被褥要经常晒太阳。
- 6、多喝水，多吃水果蔬菜，增强免疫能力。
- 7、尽量避免到人多拥挤的公共场所。
- 8、尽量避免接触猫狗、禽鸟、鼠类及其排泄物，一旦接触，一定要及时洗手。
- 9、发现死亡或可疑患病的动物，不要接触，立即报告。
- 10、不吃不卫生的食品，如不合格的零食。

老师们，同学们，希望你们养成良好的'卫生习惯，在享受美好生活的同时，重视春季流行疾病的防控。祝愿大家：人人都有好身体，天天都有好心情！